**Desprendimiento de retina**

**Abigail Bello Gallardo**

[draabg170568@gmail.com](mailto:draabg170568@gmail.com) Twitter@AbigailBelloGallar Facebook: Abigail Bello Gallardo

La retina es una capa de tejido en la parte posterior del ojo que percibe la luz y envía las imágenes al cerebro. Suministra la visión nítida y central necesaria para leer, conducir y ver los detalles más pequeños. Leer en el siguiente enlace: <https://medlineplus.gov/spanish/retinaldetachment.html>.

El desprendimiento de retina es cuando se separa de la parte posterior del ojo. La retina no funciona cuando está desprendida y esto hace que la visión sea borrosa.

El desprendimiento de retina es un problema grave que requiere atención de urgencia para evitar perder la visión en ese ojo.

Existen varios tipos de desprendimientos de retina: traccional (pacientes diabéticos), exudativo (por tumores oculares) y el regmatógeno (por desgarros). <http://www.granma.cu/granmad/salud/consultas/d/c38.html>.

El desprendimiento de retina puede suceder a cualquier edad, pero es más común en personas mayores de 40. Este problema afecta un poco más a los hombres. Lea en: <https://www.aao.org/salud-ocular/enfermedades/desgarramiento-desprendimiento-retina>.

**Factores de riesgo**

Es más probable que se sufra un desprendimiento de retina si:

\* Se necesitan anteojos para ver de lejos (miopía).

\* Ha tenido cirugía de cataratas, glaucoma u otro tipo de cirugía ocular.

\*Toma medicamentos para el glaucoma que hacen que la pupila sea más pequeña (como la pilocarpina).

\* Tuvo una lesión ocular grave.

\* Tuvo un desgarro o desprendimiento de retina en el otro ojo.

\* Tiene parientes con desprendimiento de retina.

\* Tiene zonas débiles en la retina (detectadas por un oftalmólogo en un examen), entre otros.

**Síntomas**

Los síntomas más frecuentes son:

\* Ver luces parpadeantes de repente. Algunas personas dicen que es como ver estrellas después de ser golpeado en el ojo.

\* Ver como “visión de relámpagos” y muchas “moscas volantes”, éstas se pueden ver como manchas, líneas o telarañas en el campo de visión.

\* Disminución brusca o / y total de la visión.

\* Una sombra en la visión periférica (lateral).

\* Una cortina gris que cubre parte del campo de visión.

**Tratamiento**

La cirugía es el tratamiento indicado para un desprendimiento de retina.

El especialista indicado para diagnosticar y tratar el desprendimiento de retina es el oftalmólogo.

**Diferencias entre mareo y vértigo**

**Abigail Bello Gallardo**

[draabg170568@gmail.com](mailto:draabg170568@gmail.com) Twitter@AbigailBelloGallar Facebook: Abigail Bello Gallardo

El mareo y el vértigo, no son lo mismo. Cuando una persona se marea, lo más probable es que se sienta aturdido, a punto de desmayarse o que va a perder el equilibrio.

El vértigo es cuando se siente que, por ejemplo, la habitación donde se encuentra gira a su alrededor.

El vértigo puede producir náuseas, vómito, se puede sudar y mover los ojos anormalmente (nistagmo que puede ser rotatorio, vertical u horizontal).

Las causas del mareo son muchas, pero casi ninguna es grave, y mejoran por sí mismas o son fáciles de tratar.

Los mareos pueden obedecer a numerosas causas, como trastornos en el oído interno, mareos por movimiento y efectos de los medicamentos. En ocasiones, son causados por un trastorno de salud de base, como circulación deficiente, una infección o una lesión.

En el vértigo muchas veces tiene que ver el oído interno (sistema vestibular). Se le puede atribuir también a infecciones en el oído, a la migraña, tumores, lesiones en la cabeza, infartos, perforación del oído u otros.

Si el vértigo se acompaña de visión doble, dificultad para hablar, debilidad en los brazos o las piernas, cambios en el estado de alerta o dificultades para caminar, se debe acudir al médico con urgencia. Leer en: <https://auna.pe/no-son-lo-mismo/>.

El vértigo puede deberse a:

\* Laberintitis, una infección viral en el oído interno que generalmente se presenta después de un resfriado o gripe.

\* Enfermedad de Méniére.

\* Uso de ciertos medicamentos.

\* Accidente cerebrovascular.

\* Esclerosis múltiple.

\* Convulsiones.

\* Tumor cerebral.

\* Sangrado en el cerebro, entre otros. Para más información revise este enlace:

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003093.htm>.

El mareo y el vértigo pueden ser incapacitantes, sobre todo cuando se acompañan de náuseas, vómitos o caídas.

Causan problemas sobre todo a las personas que realizan tareas que requieren precisión como conducir vehículos, realizar viajes en avión u operar maquinaria pesada. Consulte aquí:

<https://www.msdmanuals.com/es/professional/trastornos-otorrinolaringol%C3%B3gicos/abordaje-del-paciente-con-problemas-auditivos/mareo-y-v%C3%A9rtigo> ).

El especialista de inicio en tratar el mareo o el vértigo es el otorrinolaringólogo.

**Depresión durante la pandemia por covid-19**

**Abigail Bello Gallardo**

[draabg170568@gmail.com](mailto:draabg170568@gmail.com) Twitter@AbigailBelloGallar Facebook: Abigail Bello Gallardo

Durante la pandemia por covid-19, la depresión ha aumentado en la población. Vea: <https://www.inmens.es/articulo/los-casos-de-depresion-aumentan-durante-la-pandemia-por-covid-19>

Los síntomas de la depresión se producen casi todos los días, por semanas, meses o años, y pueden consistir en:

\* Sentimientos de tristeza, ganas de llorar, vacío o desesperanza.

\* Arrebatos de enojo, irritabilidad o frustración, incluso por asuntos de poca importancia.

\* Dolor de espalda o de cabeza sin causa aparente.

\* Pérdida de interés o placer por la mayoría de las actividades habituales o todas, como las relaciones sexuales, los pasatiempos o los deportes.

\* Algunas personas pueden sentirse infelices o tristes en general sin saber realmente porqué.

\* Alteraciones del sueño, como insomnio o dormir demasiado.

\* Cansancio y falta de energía, por lo que incluso las tareas pequeñas requieren un esfuerzo mayor.

\* Falta de apetito y adelgazamiento, o más antojos de comida y aumento de peso.

\* Ansiedad, agitación o inquietud.

\* Lentitud para razonar, hablar y hacer movimientos corporales.

\* Sentimientos de inutilidad o culpa, fijación en fracasos del pasado o autorreproches.

\* Dificultad para pensar, concentrarse, tomar decisiones y recordar cosas.

\* Pensamientos frecuentes o recurrentes sobre la muerte, pensamientos suicidas, intentos suicidas o suicidio.

Para muchas personas con depresión, los síntomas causan problemas en el trabajo, la escuela, las actividades sociales o las relaciones con otras personas.

**Signos y síntomas frecuentes de depresión en los niños**

En los niños más pequeños, los síntomas de depresión pueden consistir en tristeza, irritabilidad, apego, preocupación, dolores, negarse a ir a la escuela o bajo peso. Lea: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/depression/symptoms-causes/syc-20356007>

**Depresión en adolescentes**

Los signos y síntomas frecuentes de depresión en los adolescentes son similares a los de los adultos, además de inexplicable tristeza, irritabilidad, sentirse inútil, ira, bajo rendimiento o poca asistencia a las clases, sentirse incomprendido y muy sensible, consumir drogas o alcohol, autolesionarse, perder el interés por las actividades habituales y evitar la interacción social.

**Depresión en adultos mayores**

La depresión no es una parte normal del envejecimiento, y nunca debe tomarse a la ligera. Los síntomas frecuentes son:

\* Problemas de memoria o cambios en la personalidad.

\* Dolores físicos sin causa.

\* Fatiga, pérdida del apetito, problemas del sueño o pérdida del interés en el sexo.

\* No querer socializar ni hacer cosas nuevas.

\* Pensamientos o sentimientos suicidas, en especial en los hombres mayores.

La depresión puede requerir tratamiento a largo plazo con medicamentos y/o con psicoterapia.

El especialista indicado en tratar la depresión es el psiquiatra o el psicólogo.

\*\*\*\*\*\*\*

En otro orden de ideas, felicito a mi mamá la profesora jubilada Rosalba Gallardo Herver, por su cumpleaños. Felicidades mami.

Los invito a ver el programa **Especialistas médicos al cuidado de su salud**, losviernes a las 20 horas. Lo transmitimos por Facebook: Especialistas Médicos al Cuidado de su Salud y Revistasinrecreo.com

Y también los invito a escuchar mi programa de radio digital **Mundo médico**, los miércoles a las 13 horas, a través de [www.radiomaximadigital.com](http://www.radiomaximadigital.com) y de [www.selectaradio.online](http://www.selectaradio.online) con prácticas recomendaciones médicas.

Por último, les recuerdo que, aunque estemos vacunados, debemos seguir practicando todas las medidas sanitarias y médicas oficiales como: No acudir a lugares concurridos, no salir de casa si no es indispensable, usar cubreboca o mascarilla si se encuentra con personas con las que no vive en su domicilio, y lavarse con frecuencia las manos con agua y jabón o utilizar gel desinfectante base alcohol para evitar contagiarnos por covid-19.